

<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

图书基本信息

书名：<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

13位ISBN编号：9787200067958

10位ISBN编号：7200067954

出版时间：2007-7

出版地点：北京出版社

作者：梁晓春 主编

页数：201

字数：198000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

内容概要

糖尿病的治疗是综合性的，包括糖尿病教育、饮食治疗、运动治疗、药物治疗及自我监测等。曾经有人把糖尿病的治疗比作“五匹马一套车”，而饮食治疗就是其中的一匹驾辕之马，足见其在糖尿病治疗中的地位之重要。

但一些准糖尿病患者（糖耐量低减的患者）不懂得饮食控制对于预防糖尿病的作用，多数糖尿病患者也不知道该怎么吃，于是就不停地抱怨“过去没钱吃，现在有钱又不让吃”，他们共同的苦恼是无法享用人世间的美味。

针对这种情况，本书希望全社会的朋友从现在做起，“防患于未然”，保持健康的饮食习惯，远离糖尿病；帮助准糖尿病患者从糖耐量低减迈向正常糖耐量；辅助糖尿病病友摆脱“想吃不敢吃，不知怎么吃”的烦恼。

让我们吃出健康，活出精彩!

<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

作者简介

梁晓春，中国协和医科大学教授，博士生导师先后承担国家自然科学基金、卫生部、国家中医药管理局、中国协和医科大学、首都发展基金等课题10项。

曾获卫生部、北京市、中国中西医结合学会、中国医学科学院科技成果奖6项。

发表论文100多篇，主编《中西医结合诊疗与进展·实用糖

<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

书籍目录

一、食而无节，病从口入——糖尿病是吃出来的吗 古人的认识 今人的思考二、吃出健康，远离疾病——糖尿病患者的饮食预防计划 传统的饮食习惯 现代的饮食指南三、吃出学问，享受美食——糖尿病患者的饮食方案 糖尿病患者饮食治疗的目标与原则 饮食治疗的目标 饮食治疗的原则 糖尿病代谢控制目标 合理分配营养素 碳水化合物 脂类 蛋白质 维生素 矿物质 膳食纤维 水 科学制订饮食计划 计算每日所需总热量 食物交换 餐次安排和食物种类 食物血糖生成指数 食物烹调方法 糖尿病特殊人群的饮食治疗 老年糖尿病患者的饮食治疗 妊娠糖尿病患者的饮食治疗 儿童和青少年糖尿病患者的饮食治疗 肥胖型糖尿病患者的饮食治疗 糖尿病围手术期患者的饮食治疗 选择适合自己的美食 能量食谱 糖尿病经典菜肴 四、吃出问题，埋下隐患——糖尿病患者的饮食误区 误区1 饮食疗法就是饥饿疗法，主食吃得越少越好 误区2 用了降糖药，就不需要控制饮食 误区3 副食不含糖，可以多吃些 误区4 只要是甜的东西就不能吃 误区5 米饭、馒头等不甜的食物可以多吃，“无糖食品”不用限制 误区6 偏方、验方可治愈糖尿病，降糖食品可放心食用 误区7 南瓜能治糖尿病，可多吃南瓜或南瓜制品 误区8 得了糖尿病绝对不能吃水果 误区9 粗粮富含膳食纤维，对身体有利，比细粮好，因此只吃粗粮不吃细粮 误区10 GI值越低的食物越好，高GI食物不能吃，以低GI食物来代替平衡膳食 误区11 饥饿难忍时可随意加餐 误区12 饮酒不会影响糖尿病的控制 误区13 豆制品对人体健康有利，且不含糖，多多益善 误区14 植物油多吃无妨 误区15 糖尿病患者不能喝牛奶 误区16 为了少排尿，因而少饮水 误区17 进食不定时定量，不吃早餐 误区18 低血糖，忍忍就过去了 误区19 节日期间，短期放松饮食要求问题不大 误区20 得了糖尿病，不能外出旅游或应酬 误区21 糖尿病孕妇控制饮食会影响胎儿的生长发育 误区22 糖尿病儿童也要严格进行饮食控制 误区23 多吃点花生、瓜子没关系 误区24 土豆、粉条不是主食，当菜可以随便吃 误区25 得了糖尿病身体“虚”了，要多进补冬虫夏草等中药五、吃出自我，寓医于食——糖尿病患者的饮食宜忌及辨证施食 糖尿病患者的食物选择宜忌 常见食物和药物的性味功效 不同体质糖尿病患者的饮食宜忌 饮食配伍禁忌 食物间的配伍禁忌 食物与药物间的配伍禁忌 糖尿病患者的辨证施膳 肺胃燥热型 肠胃结热型 脾肾气虚型 肝肾阴虚型 气阴两虚型 阴阳两虚型 湿热中阻型 糖尿病患者的进食宜忌 进食宜缓 进食宜暖六、吃出名堂，改善生活——糖尿病慢性并发症、合并症患者的饮食要点及药膳 糖尿病肾病患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病周围神经病变患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病视网膜病变患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病足患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病胃肠病变患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病性功能障碍患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并高血压患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并高脂血症患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并冠心病患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并脑血管病变患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并痛风患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并骨质疏松及骨折患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并肺结核患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并肝病患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并甲状腺功能亢进患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并感染患者的饮食要点及药膳 临床表现 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并皮肤瘙痒症患者的饮食要点及药膳 饮食要点 实用药膳 糖尿病合并失眠患者的饮食要点及药膳 饮食要点 实用药膳附录 附表1 主要食物营养成分表 附表2 食物等值交换份表 附表3 食物血糖生成指数(GI)表 附表4 常用降糖药物表主要参考文献

<<改变糖尿病患者一生的饮食计划>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>